

Velouté de lentilles corail, roulé de courgettes à la brousse et saumon fumé

Pour 10 personnes :

- 1kg d'oignons,
- 250gr de lentilles,
- 1 litre de fumet de poisson,
- 500gr de crème,
- 4 tranches de saumon fumé,
- 0.25cl de vin blanc,
- 4 pièces de courgettes,
- 200 gr de brousse,
- 1 botte d'aneth,
- Huile, sel, poivre PM

- Pour le velouté :

Emincer l'oignon et le faire suer,
Ajouter les lentilles et les faire suer,
Déglacer avec le vin blanc,
Mouiller avec le fumet,
Laisser cuire pendant une heure à feu doux,
Ajouter la crème et laisser réduire,
Assaisonner,
Mixer,
Passer au chinois.

- Pour le roulé de courgettes :

Tailler les lamelles de courgettes,
Les cuire 4 minutes à 170° au four,
Réaliser l'appareil de saumon fumé brousse et aneth,
Réaliser les roulés,

- Dressage :

Verser la crème dans une assiette creuse,
disposer les 3 roulés,
Décorer avec une pluche de cerfeuil.

Filet de loup piqué au basilic, cookie aux olives, caponata d'aubergines

Pour 10 personnes :

- 1 oignon,
- 5 lous 400/600,
- 1 botte de basilic,
- 150 gr d'olives noires dénoyautées,
- 320 gr de parmesan râpé,
- 225 gr de beurre,
- 3 gr de sel,
- 2.5 cuillère d'huile d'olive,
- 1 kg d'aubergines,
- 50 gr de câpres,
- 1 botte de ciboulette,
- 3 pièces de tomates,
- 1 litre d'huile d'olive,
- 40 cl de vinaigre blanc,
- Sel, poivre PM

- Pour le poisson :

Ecailler, vider et habiller les lous,
Lever les filets, réserver au frais,
Réaliser le fumet.

- Pour la pâte à cookie :

Mélanger tous les éléments à l'aide d'un batteur à la feuille, ajouter les olives hachées en dernier,
Cuire la pâte à cookie à 180° pendant 8 minutes,
Tailler les cookies à la sortie du four.

- Pour la caponata :

Tailler les aubergines, les faire suer,
Ciseler les oignons, les faire suer,
Déglacer avec le vinaigre blanc,
Ajouter l'huile d'olive à mi-hauteur,
Hacher les câpres,
Ciseler la ciboulette,
Monder et tailler en dès les tomates,
Ajouter les 3 condiments en fin de cuisson

- Cuire les filets dans une poêle, 3 minutes de chaque côté,